

30-Мая-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (7-11 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецеп-тура	Наименование	Выход (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
3/2015	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6.16	6.46	13.1	134.4
233/16	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200	13	11.8	45.8	281
TK066	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	5.6	24
TK014	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.52	0.56	13.1	62.4
TK083	ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ	40	3.8	3.8	28.8	130

500 25.9 23.9 106. 631.8

Рецеп-тура	Наименование	Выход (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ОБЕД						
22/08	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0.6	6.1	2	65
76/08	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/10	6.4	7	10.1	242.4
306/08	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	13.7	13	50	413
TK070	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.4	0.02	6.9	91
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

870 28.1 27.7 120. 1071.

Рецеп-тура	Наименование	Выход (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
464/08	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	7.2	9.3	37.2	289
TK071	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	5.6	5	9.4	106
TK072	ЧЕРЕШНЯ СВЕЖАЯ	150	1.65	0.6	15.9	69

450 14.4 14.9 62.5 464.0

Цена 463.16 белки 68.62г жиры 66.54г у/в 289.6г э/ц 2167 ккал



Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 30 " мая 2023г

30-Мая-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (12-18 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецеп-тура	Наименование	Выход (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг ценн. Ккал
	ЗАВТРАК					
3/2015	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6.16	6.46	13.1	134.4
233/16	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250	25	31	32.3	351
TK066	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	5.6	24
TK014	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.52	0.56	13.1	62.4
TK083	ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ	40	3.8	3.8	28.8	130

550 37.9 43.1 92.9 701.8

Рецеп-тура	Наименование	Выход (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг ценн. Ккал
	ОБЕД					
22/08	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1	10.2	3.3	108
76/08	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/20/10	7.8	8.5	22.3	303
306/08	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	13.7	13	50	413
TK070	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.4	0.02	6.9	91
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.4	124.8

960 29.9 33.3 134. 1174.

Рецеп-тура	Наименование	Выход (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг ценн. Ккал
	ПОЛДНИК					
464/08	СДОВА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	7.2	9.3	37.2	289
TK071	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	5.6	5	9.4	106
TK072	ЧЕРЕШНЯ СВЕЖАЯ	150	1.65	0.6	15.9	69

450 14.4 14.9 62.5 464.0

Цена 539.32 белки 82.42г жиры 91.34г у/в 289.8г э/ц 2340.6ккал



Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 30 " мае 2023г

31-Мая-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (7-11 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
TK/23 223/15	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2.51	3.93	28.8	161
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СТУЩЕННЫМ	150/10	17.3	19	43.2	323
TK073	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	0.12	0.02	10.2	21
TK060	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	6.3	2.5	10.6	88
		535	26.2	25.4	92.8	593.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ОБЕД						
29/08 106/08	САЛАТ ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ	60	0.9	6.06	2.64	69
	СУП - ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20	5.6	6.5	9.9	206.2
273/08	БИТОЧКИ ОСОВЫЕ	90	13.5	15.0	10.6	257.4
302/15	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.5	6	39	243
TK076	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0.16	0.2	7.9	96.8
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8
		820	35.7	35.3	121.	1132.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
451/08	ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ	100	5.5	5.2	35	294
TK077	СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД.УПАКОВКЕ	200	1	0.0	25.4	120
TK080	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	150	1.4	0.27	12.2	64.5
		450	7.90	5.47	72.6	478.5

Цена 463.16 белки 69.88г жиры 66.28г у/в 287.1г э/ц 2203.7ккал



Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

31-Мая-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (12-18 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
TK/23	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2.51	3.93	28.8	161
223/15	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/20	19.4	21.3	44.5	385
TK073	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	0.12	0.02	10.2	21
TK060	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	6.3	2.5	10.6	88
		615	28.3	27.7	94.1	655.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ОБЕД						
29/08	САЛАТ ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ	100	1.5	10.1	4.4	115
106/08	СУП - ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/20	6.81	8	22.1	258
273/08	БИТОЧКИ ОСОБЫЕ	100	15	19.7	11.8	286
302/15	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11.3	8	52	274.6
TK076	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0.16	0.2	7.9	96.8
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8
		970	41.8	47.6	149.	1290.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
451/08	ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ	100	5.5	5.2	35	294
TK077	СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД.УПАКОВКЕ	200	1	0.0	25.4	120
TK080	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	150	1.4	0.27	12.2	64.5
		450	7.90	5.47	72.6	478.5

Цена 539.32 белки 78.09г жиры 80.82г у/в 316.6г э/ц 2423.7ккал



/Клименкова А.А./

Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

" 30 " мая 2023г

1-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (7-11 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
1/2015	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2.45	7.55	14.6	136
221/16	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	180	8.4	4.5	34.4	336
TK079	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	6.2	27
TK061	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.9	1.2	12.5	106
TK069	ГРУША СВЕЖАЯ	100	4	4	9.8	47

530 18.6 19.7 77.5 652.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ОБЕД						
25/08	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0.66	6.1	2.2	64
91/08	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/10	6.8	7.6	14.3	266
281/16	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦОМ	100	13.1	5.8	15.1	256
125/08	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2.8	4.6	18	125
TK081	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0.2	0.0	6.4	68
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

840 30.6 25.7 107. 1038.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
453/08	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	5.3	7	32	292
TK071	МОЛОКО В ИНД.УПАКОВКЕ	200	5.6	5	9.4	106
TK082	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0.6	0.6	15.2	70.2

450 11.5 12.6 56.6 468.2

Цена 463.16 белки 60.8 г жиры 58.05г у/в 241.8г э/ц 2159 ккал



Директор:

/Клименкова А.А./

Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 30 " июля 2023г

1-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (12-18 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
1/2015	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2.45	7.55	14.6	136
221/16	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	250	10.7	6.62	44.1	428
TK079	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	6.2	27
TK061	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.9	1.2	12.5	106
TK069	ГРУША СВЕЖАЯ	100	4	4	9.8	47
		600	20.9	21.8	87.2	744.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ОБЕД						
25/08	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	1.1	10.1	3.6	106
91/08	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/20/10	8.24	9.2	27.4	333
281/16	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦОМ	100	13.1	5.8	15.5	256
125/08	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	200	3.7	6.16	24	166.7
TK081	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0.2	0.0	6.4	68
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8
		980	33.4	32.8	128.	1189.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
453/08	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	5.3	7	32	292
TK071	МОЛОКО В ИНД.УПАКОВКЕ	200	5.6	5	9.4	106
TK082	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0.6	0.6	15.2	70.2
		450	11.5	12.6	56.6	468.2

Цена 539.32 белки 65.88г жиры 67.33г у/в 272.4г э/ц 2401.7ккал



/Клименкова А.А./

Зав.производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

2-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (7-11 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
3/2015	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6.16	6.46	13.1	134.4
187/08	КАША "ЯНТАРНАЯ"	150	5	7.4	28.1	179.2
TK066	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	5.6	24
TK014	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.52	0.56	13.1	62.4
TK060	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	6.3	2.5	10.6	88
		535	20.4	18.2	70.5	488.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ОБЕД						
51/08	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.81	3.72	4.6	74
99/08	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, КУРОЙ, ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/20	3.7	5	10.4	266.4
292/15	КУРА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	280	14.6	15.5	25.7	344
TK085	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0.1	0.2	20.2	117
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8
		880	26.3	26.0	112.	1061.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
477/08	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	100	8.7	11.8	11.9	296
TK077	СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД.УПАКОВКЕ	200	1	0.0	25.4	120
TK086	ПЕРСИК СВЕЖИЙ	150	1.35	0.15	12.7	67.5
		450	11.0	11.9	50.0	483.5

Цена 463.16 белки 57.83г жиры 56.19г у/в 233.1г э/ц 2032.7ккал



Директор:  
/Клименкова А.А./

Зав. производством:  
/Барашкова А.П./

Калькулятор:  
/Данилова И.Н./

2-Июня-2023 г.

## А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (12-18 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
3/2015	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6.16	6.46	13.1	134.4
187/08	КАША "ЯНТАРНАЯ"	200	6.72	9.8	37.4	239
TK066	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	5.6	24
TK014	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.52	0.56	13.1	62.4
TK060	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	6.3	2.5	10.6	88

585 22.2 20.6 79.8 547.8

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ОБЕД						
51/08	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1.35	2.2	7.7	123
99/08	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, КУРОЙ, ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/20/20	4.5	7.4	12.5	333
292/15	КУРА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	280	14	15.5	25.7	344
TK085	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0.1	0.2	20.2	117
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

970 27.0 26.9 117. 1176.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
477/08	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	100	8.7	11.8	11.9	296
TK077	СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД.УПАКОВКЕ	200	1	0.0	25.4	120
TK086	ПЕРСИК СВЕЖИЙ	150	1.35	0.15	12.7	67.5

450 11.0 11.9 50.0 483.5

Цена 539.32 белки 60.29г жиры 59.47г у/в 247.6г э/ц 2208.1ккал



Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./